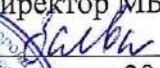


Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
Центр внешкольной работы «Новая Авеста»
(МБУ ДО Центр «Новая Авеста»)

Принята на заседании
Педагогического совета
МБУ ДО Центр «Новая Авеста»
Протокол от 27.08.2025 г. №1

Утверждаю
Директор МБУ ДО Центр «Новая Авеста»
 Г.П. Заева
Приказ от 29.08.2025 г. № 60-0



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
художественной направленности
«Основы современной хореография»
на 2025-2026 учебный год

Возраст обучающихся: 9 - 10 лет
1 год обучения (144 часа)
№ групп: 3
Уровень: стартовый

Автор-составитель:
Попова Полина Евгеньевна,
Педагог дополнительного образования

г. Екатеринбург, 2025

Содержание

	Наименование	Стр.
1.	Пояснительная записка	3
2.	Цель и задачи программы	3
3.	Планируемый результат	4
4.	Содержание программы	4
5.	Календарно-тематический план	6
6.	Условия реализации программы	10
7.	Список литературы	11

1. Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Основы современной хореография».

Направленность рабочей программы - художественная.

Уровень рабочей программы: стартовый

Адресат программы: обучающиеся 9-10 лет.

Количество обучающихся в группе: 11-17 человек.

Объем и срок освоения рабочей программы. 1 год обучения, 144 часа в год.

Периодичность и продолжительность занятий: 2 раза в неделю по 2 часа на группу, 1 час равен 45 минутам.

Форма обучения: групповая.

Виды занятий: беседа, практическое занятие, тренинг, открытое занятие.

Формы подведения результатов: педагогическое наблюдение, упражнения, открытое занятие, отчетный концерт.

Особенности организации образовательной деятельности:

группы формируются из обучающихся одного возраста; состав группы постоянный, специального отбора в группы не проводится.

Учебный год начинается с 9 января.

Рабочую программу реализует педагог дополнительного образования и концертмейстер.

Рабочая программа «Основы современной хореография» реализуется в течение всего учебного года, включая каникулярное время.

2. Цель и задачи рабочей программы

Цель: развитие творческих способностей обучающихся средствами искусства современного и народно-стилизованного танца.

Задачи:

Обучающие:

- знакомить с историей развития хореографического искусства;
- знакомить с основами и терминологией современного и народно-стилизованного танца;
- обучать слышать и слушать музыку и передавать ее содержание в движении;
- формировать начальные представления об актерской выразительности;
- обучать коммуникативным навыкам и сотрудничеству.

Развивающие:

- развивать внимание, память, воображения, фантазию;
- развивать выразительность и пластичность движений;
- укреплять костно-мышечный аппарат;
- развивать музыкальность, умение связывать музыку с движением;
- развивать физические качества (гибкость, силу, растянутость, выносливость, координацию).

Воспитательные:

- формировать устойчивый интерес к хореографическому искусству;
- воспитывать художественный вкус и эмоциональную отзывчивость;
- приобщать к здоровому образу жизни;
- воспитывать чувство ответственности за индивидуальное и коллективное творчество;

- воспитывать культуру общения, способствовать укреплению дружеских взаимоотношений в коллективе.

3. Планируемые результаты

1 год обучения

Метапредметные:

- проявляют устойчивый интерес к хореографическому искусству, художественный вкус и
- развита эмоциональная отзывчивость на музыкальные и художественные произведения;
- демонстрируют умение связывать музыку с движением;
- сформирована потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании;
- сформирована потребность использования приобретенных знаний и умений в практической деятельности и в повседневной жизни.

Личностные:

- освоены элементарные правила здорового образа жизни;
- развиты физические качества (гибкость, силу, растянутость, выносливость, координацию).
- развиты выразительность и пластичность движений;
- развиты внимание, память, воображения, фантазию;
- умеют обсуждать содержание и результаты совместной деятельности с учётом интересов сторон;
- демонстрируют культуру общения со сверстниками и взрослыми;
- проявляют чувство ответственности за индивидуальное и коллективное творчество.

Предметные:

- знают историю развития хореографического искусства;
- понимают терминологию современного и народно-стилизованного танца;
- научились передавать содержание музыки в движении;
- имеют представления об актерской выразительности;
- демонстрируют коммуникативные навыки и сотрудничество приобщении и работе в творческой группе.

4. Содержание программы

Раздел 1. Джазовый танец.

Тема 1.1. Вводное занятие.

Теория: Знакомство с коллективом. Инструктаж по ТБ. Основные правила этики, безопасности и гигиены. Знакомство с требованиями к внешнему виду, форме одежды (обувь, костюм, причёски).

Практика: Обучение поклонам (приветствие - прощание). Упражнения, которые помогут определить уровень физической подготовленности детей.

Тема 1.2. Стили джазового танца. Модерн-джаз.

Теория: История возникновения стилей джазового танца и модерн-джаз. Инструктаж по ТБ.

Тема 1.3. Основные элементы джазового танца.

Теория: Знакомство с основными элементами джазового танца.

Практика: Формирование комбинаций из основных элементов джазового танца (plie, contraction / release, battement tendu, battement jeté).

Тема 1.4. Изучение джазовых элементов средней сложности.

Теория: Постановка корпуса у станка.

Практика: Изучение движений у станка и формирование комбинаций (Relevé lent на 90, техника изоляции, flatback, «восьмерка» рук).

Тема 1.5. Шаги.

Теория: Изучение основных шагов.

Практика: Grand battement – grand battement – бросок ноги на 90 сторону, pas de bourre – простая форма.

Тема 1.6. Прыжки.

Теория: Знакомство с основными прыжками.

Практика: Hop-passé с поджатой ногой, hop с ногой на 90 Рабочая нога открывается в сторону на 90, прыжок с продвижением.

Тема 1.7. Вращения.

Теория: Изучение вращений джазового танца.

Практика: Обычное вращение, twist во вращении, twist – закручивание корпуса в горизонтальной плоскости, полу пируэт на passé, полу пируэт на plie.

Тема 1.8. Танцевальная комбинация.

Теория/Практика: Танцевальная комбинация строится на ранее изученном материале. Движения постепенно соединяются друг с другом в медленном темпе под счет, затем темп увеличивается и в конечном итоге комбинация соединяется с музыкальным материалом.

Тема 1.9. Изучение основ модерн джаза.

Теория: Знакомство и изучение основ модерн джаза.

Практика: Rolldown / up, Contraction / release, Swing, Swing с отрыванием ног от пола и опорой на плечо, перекидка через плечо, прыжок с опорой на руку.

Раздел 2. Стилизованный народно-сценический танец.

Тема 2.1. Экзерсис у станка и его предназначение.

Теория: общее развитие организма детей, развитие подвижности в суставах, укрепление связок. Повышение техники выполнения танцевальных движений. Подготовка к восприятию движений на середине зала. Развитие выразительности и танцевальности.

Тема 2.2. Знакомство с движениями народного танца, стилизованными движениями народного танца.

Теория: Основные движения народного танца и их стилизация.

Практика: Разучивание комбинации из основных движений народного танца, а также способность стилизовать данную комбинацию.

Тема 2.3. Положение рук в групповых танцах и фигурах.

Теория: Знакомство с основными положениям рук.

Практика: Основные фигуры в танце звездочка, круг, карусель, корзиночка, цепочка.

Тема 2.4. «Припадания», «подбивки».

Теория: Изучение правильного исполнения «припадания», «подбивки».

Практика: «Припадание» по III позиции, балансе (balancé) как разновидность припадания, «подбивка» вытянутой в колене и подъеме работающей ноги – с продвижением в сторону и вперед.

Раздел 3. Подготовка репертуара.

Тема 3.1. Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановке.

Теория: Знакомство с произведением, разговор с детьми и их мнение.

Тема 3.2. Знакомство с музыкальным материалом постановки.

Теория: Внимательное слушание и представление (воображение) детей по музыкальному материалу.

Практика: Импровизация под музыкальный материал выбранным к постановке.

Тема 3.3. Танцевальные шаги.

Теория: Изучения правильного исполнения всех видов танцевальных шагов.

Практика: Разные виды шага (бодрый, высокий, хороводный, шаг на носочках, мягкий, пружинистый), виды бега (легкий, энергичный, на носочках, стремительный), шаги с носка и высоким подъёмом колена, движение приставными шагами с носка, прыжки на 180* и обратно, упражнение «прятки в кустах».

Тема 3.4. Танцевальные движения.

Теория: Изучения танцевальных движений.

Практика: Разучивание танцевальных движений, подходящих к выбранной постановке.

Тема 3.5. Соединение движений в танцевальные комбинации.

Теория: Изучение, как из танцевальных движений получаются комбинации.

Практика: Разучивание танцевальных комбинаций к постановке.

Тема 3.6. Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах и образах.

Теория: Изучение рисунков, переходов и образов.

Практика: Расположение и перемещение исполнителей по сценической площадке в рисунках, переходах, образах в определенной последовательности.

Тема 3.7. Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений.

Теория/Практика: Отработка чёткости и чистоты рисунков, построений и перестроений методом многократного повторения с использованием специальных тренировочных упражнений на ориентирование в пространстве.

Тема 3.8. Отработка элементов.

Теория: Беседа о рисунке танца.

Практика: Отработка согласованности, единства и синхронности исполнения танца.

Тема 3.9. Репетиционная работа.

Теория: Создание сценического образа;

Практика: Работа над техникой исполнения, музыкальностью, развитие пластичности, выразительности и эмоциональности исполнения.

Раздел 4. Интегрированные технологии.

Тема 4.1. Музыкально-театральная подготовка.

Теория: Изучение основ музыкальной грамоты и основ актерского мастерства.

Практика: Этюды.

Тема 4.2. Технология правильного дыхания, анатомия.

Теория: Изучение основ правильного дыхания, знакомство с анатомическим строением тела.

Практика: Отработка дыхательных упражнений.

5. Календарно-тематический план

Дата	№	Форма занятия	Кол-во уч. часов		Тема занятия	Форма контроля
			практ	теор		
09.01.26	1	Практическое занятие	1	1	Инструктаж по ТБ. Обучение поклону (приветствие - прощание).	Наблюдение
12.01.26	2	Практическое занятие		2	Стили джазового танца. Модерн-джаз.	Наблюдение
16.01.26	3	Практическое	1,5	0,5	Основные элементы	Наблюдение

		занятие			джазового танца.	
19.01.26	4	Практическое занятие	2		plie, contraction / release, battement tendu, battement jeté	Наблюдение
23.01.26	5	Практическое занятие	2		Формирование комбинаций из основных элементов джазового танца	Наблюдение
26.01.26	6	Практическое занятие	1,5	0,5	Изучение джазовых элементов средней сложности	Наблюдение
30.01.26	7	Практическое занятие	2		Постановка корпуса у станка	Наблюдение
02.02.26	8	Практическое занятие	2		Изучение движений у станка и формирование комбинаций	Наблюдение
06.02.26	9	Практическое занятие	2		Relevé lent на 90, техника изоляции, flatback, «восьмерка» рук	Наблюдение
09.02.26	10	Практическое занятие	1,5	0,5	Изучение основных шагов	Наблюдение
13.02.26	11	Практическое занятие	2		Grand battement	Наблюдение
16.02.26	12	Практическое занятие	2		Grand battement бросок ноги на 90 сторону	Наблюдение
20.02.26	13	Практическое занятие	2		pas de bourre – простая форма	Наблюдение
27.02.26	14	Практическое занятие	1,5	0,5	Прыжки	Наблюдение
02.03.26	15	Практическое занятие	2		Знакомство с основными прыжками	Наблюдение
06.03.26	16	Практическое занятие	2		Нор-passé с поджатой ногой	Наблюдение
13.03.26	17	Практическое занятие	2		Нор с ногой на 90	Наблюдение
16.03.26	18	Практическое занятие	1,5	0,5	Изучение вращений джазового танца.	Наблюдение
20.03.26	19	Практическое занятие	2		Обычное вращение	Наблюдение
23.03.26	20	Практическое занятие	2		twist во вращении, twist – закручивание корпуса в горизонтальной плоскости	Наблюдение
27.03.26	21	Практическое занятие	2		полу пируэт на passé, полу пируэт на plie	Наблюдение
30.03.26	22	Практическое занятие	1,5	0,5	Танцевальная комбинация	Наблюдение
03.04.26	23	Практическое занятие	2		Строение комбинации на ранее изученном материале	Наблюдение
06.04.26	24	Практическое занятие	2		Строение комбинации на ранее изученном материале	Наблюдение

10.04.26	25	Практическое занятие	2		Соединение танцевальной комбинации с музыкальным материалом.	Наблюдение
13.04.26	26	Практическое занятие	1,5	0,5	Изучение основ модерн джаза	Наблюдение
17.04.26	27	Практическое занятие	2		Rolldown / up, Contraction / release	Наблюдение
20.04.26	28	Практическое занятие	2		Swing, Swing с отрыванием ног от пола и опорой на плечо	Наблюдение
24.04.26	29	Практическое занятие	2		Перекидка через плечо, прыжок с опорой на руку	Наблюдение
27.04.26	30	Практическое занятие		2	Экзерсис у станка и его предназначение	Наблюдение
04.05.26	31	Практическое занятие	1,5	0,5	Знакомство с движениями народного танца, стилизованными движениями народного танца.	Наблюдение
08.05.26	32	Практическое занятие	1,5	0,5	Положение рук в групповых танцах и фигурах	Наблюдение
11.05.26	33	Практическое занятие	1	1	«Припадание» по III позиции	Наблюдение
15.05.26	34	Практическое занятие	2		балансе (balancé) как разновидность припадания	Наблюдение
18.05.26	35	Практическое занятие	2		«подбивка»	Наблюдение
22.05.26	36	Практическое занятие		2	Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановке.	Наблюдение
25.05.26	37	Практическое занятие	1	1	Знакомство с музыкальным материалом постановки	Наблюдение
29.05.26	38	Практическое занятие	1,5	0,5	Танцевальные шаги	Наблюдение
02.09.26	39	Практическое занятие	2		Инструктаж по ТБ. Разные виды шага (бодрый, высокий, хороводный, шаг на носочках, мягкий, пружинистый)	Наблюдение
07.09.26	40	Практическое занятие	2		Виды бега (легкий, энергичный, на носочках, стремительный)	Наблюдение
09.09.26	41	Практическое занятие	2		Шаги с носка и высоким подъёмом колена, движение приставными шагами с носка	Наблюдение
14.09.26	42	Практическое занятие	1,5	0,5	Танцевальные движения	Наблюдение
16.09.26	43	Практическое занятие	2		Танцевальные движения	Наблюдение
21.09.26	44	Практическое занятие	2		Разучивание танцевальных движений, подходящих к	Наблюдение

					выбранной постановке	
23.09.26	45	Практическое занятие	2		Разучивание танцевальных движений, подходящих к выбранной постановке	Наблюдение
28.09.26	46	Практическое занятие	1,5	0,5	Соединение движений в танцевальные комбинации	Наблюдение
30.09.26	47	Практическое занятие	2		Соединение движений в танцевальные комбинации	Наблюдение
05.10.26	48	Практическое занятие	2		Разучивание танцевальных комбинаций к постановке	Наблюдение
07.10.26	49	Практическое занятие	2		Разучивание танцевальных комбинаций к постановке	Наблюдение
12.10.26	50	Практическое занятие	1,5	0,5	Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах и образах	Наблюдение
14.10.26	51	Практическое занятие	2		Изучение рисунков, переходов и образов	Наблюдение
19.10.26	52	Практическое занятие	2		Расположение и перемещение исполнителей по сценической площадке в рисунках, переходах, образах	Наблюдение
21.10.26	53	Практическое занятие	2		Расположение и перемещение исполнителей по сценической площадке в рисунках, переходах, образах	Наблюдение
26.10.26	54	Практическое занятие	1,5	0,5	Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений	Наблюдение
28.10.26	55	Практическое занятие	2		Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений	Наблюдение
02.11.26	56	Практическое занятие	2		Отработка чёткости и чистоты рисунков, построений и перестроений методом многократного повторения	Наблюдение
09.11.26	57	Практическое занятие	2		Отработка чёткости и чистоты рисунков, построений и перестроений методом многократного повторения	Наблюдение
11.11.26	58	Практическое занятие	1,5	0,5	Отработка элементов	Наблюдение
16.11.26	59	Практическое занятие	2		Беседа о рисунке танца	Наблюдение
18.11.26	60	Практическое занятие	2		Отработка согласованности, единства и синхронности исполнения танца	Наблюдение
23.11.26	61	Практическое занятие	2		Отработка согласованности, единства и синхронности исполнения танца	Наблюдение
25.11.26	62	Практическое занятие	1,5	0,5	Репетиционная работа	Наблюдение

30.11.26	63	Практическое занятие	2		Создание сценического образа	Наблюдение
02.12.26	64	Практическое занятие	2		Работа над техникой исполнения, музыкальностью	Наблюдение
07.12.26	65	Практическое занятие	2		Развитие пластичности, выразительности и эмоциональности исполнения.	Наблюдение
09.12.26	66	Практическое занятие		2	Музыкально-театральная подготовка	Наблюдение
14.12.26	67	Практическое занятие		2	Изучение основ музыкальной грамоты и основ актерского мастерства	Наблюдение
16.12.26	68	Практическое занятие	2		Этюды	Наблюдение
21.12.26	69	Практическое занятие	2		Этюды	Наблюдение
23.12.26	70	Практическое занятие	2		Технология правильного дыхания, анатомия	Наблюдение
28.12.26	71	Практическое занятие		2	Изучение основ правильного дыхания, знакомство с анатомическим строением тела	Открытое занятие
30.12.26	72	Практическое занятие	2		Отработка дыхательных упражнений	
		Всего	121	23		
			144			

6. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

- хореографический станок;
- гимнастические коврики (20 штук);
- музыкальный инструмент (фортепиано);
- колонка;
- музыкальный центр.

Кадровое обеспечение:

В реализации общеразвивающей программы участвует 2 специалиста:

Попова Полина Евгеньевна, педагог дополнительного образования.

Квалификационная категория: первая.

Образование: средне-специальное. ГАПОУ СО Свердловский областной педагогический колледж, специальность «Педагог дополнительного образования в области хореографии», 2023 г.

Педагогический стаж работы – 2 года, по специальности – 2 года, в данном учреждении – 2 года.

Гилева Светлана Михайловна, концертмейстер.

Квалификационная категория: высшая.

Образование: высшее. ОГОУ СПО «Свердловское областное училище им. П.И.Чайковского», специальность «Руководитель хора и творческого коллектива, учитель музыки», 2005 г.

Педагогический стаж работы – 12 лет, по специальности – 9 лет, в данном учреждении – 4 года.

Методическое обеспечение:

-нотный материал.

7. Список литературы

Список литературы для педагога

1. Барышникова, Т.К. Азбука хореографии / Т.К. Барышникова. - М.: АйрисПресс Рольф, 1999. – 262с.
2. Березина, В. А. Дополнительное образование детей России / В. А. Березин; Министерство образования и науки Российской Федерации. - Москва: Диалог культур, 2007. - 511, с.
3. Евладова, Е. Б. Дополнительное образование детей: Учеб. пособие для студентов учреждений проф. образования, обучающихся по специальности 0317 "Педагогика доп.образования" / Е. Б. Евладова, Л. Г. Логинова, Н. Н. Михайлова. - М. Владос, 2002.
4. Ерохина, О. В. Школа танцев для детей [Фольклор, классика, модерн] / Ерохина О.В. - Ростов н/Д.: Феникс, 2003. - 223 с.
5. Никитин, В.Ю. Модерн-джаз танец: История. Методика. Практика/В.Ю.Никитин. - М.: ГИТИС, 2000. - 438с.
6. Никитин, В.Ю. Модерн-джаз танец: Методика преподавания / В.Ю. Никитин. - М.: Всерос. Центр худож. творчества учащихся и работников нач. проф. образования, 2002. -158 с.
7. От внешкольной работы - к дополнительному образованию детей: Сб. нормат. И метод. материалов для доп. образования детей / [Ред.-сост. И.В. Калиш]; Науч. ред. А.К.Бруднов. - М.: ВЛАДОС, 1999. - 541.
8. Социальное воспитание в учреждениях дополнительного образования детей: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 050711 (031300) - Социал. педагогика / [Б.В. Куприянов и др.]; Под ред. А. В. Мудрика. - М: Academia, 2004. - 240 с.
9. Дополнительное образование детей: Учеб. пособие для студентов вузов / [Лебедев О.Е. и др.]; Под ред. О. Е. Лебедева. - М.Владос, 2003 (Петрозаводск: ГП Тип.им. П.Ф.Анохина). - 254 с.

Список литературы для обучающихся:

1. Пасютинская В.М. Волшебный мир танца. – Москва. Просвещение, 1985.
2. Балет. Энциклопедия. Москва. Современная энциклопедия. 1986.
3. Энциклопедия обрядов и праздников. СПб, «Респек», 1996.
4. Дашкова И. Загадки Терпсихоры. Москва. Детская литература, 1989.
5. Блок Д.Д. Классический танец. История и современность. Искусство, 1987.
6. Погодина Е.В. 16 уроков для будущих джентльменов и принцесс. Харьков, «Фимео», 1997.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 80760091953345287616995357499410305195481097556

Владелец Заева Галина Петровна

Действителен с 09.04.2025 по 09.04.2026